



ブナセンターだより 11月号

発行：ブナセンター No.317 2019, 11, 1

今月のごあんない

わくわく土曜日ランド

「くろまつないの秋をまんきつ！」

黒松内の秋の実りを集めて、草木染めと焚き火を使った簡単な料理に挑戦します。



- 【日程】11月9日(土)
- 【時間】10:00~15:00
- 【集合】ブナセンター(9:55)または町民センター(9:45)
- 【定員】10名(町内小学生対象)
- 【参加費】300円
- 【持ち物】昼食(軽食)、水筒、エプロン、三角巾、汚れてもいい服装(焚き火をするので化繊は避ける)
- 【申込み】前日17:00までにブナセンターへ

◎詳しくは学校配布のチラシにて

森へ行こう

「歌オブナ林・冬じたく」

散策シーズンの終わりを迎え、散策路沿いのポイント札や道しるべをはずしながら、晩秋のブナ林を観察します。この時期ならではのカラ類の混群やフユシャクの乱舞に出会えるかも。

- 【日程】11月10日(日)
- 【時間】9:30~14:30
- 【集合】歌オブナ林駐車公園(9:30)
- 【参加費】300円 ※「ブナさぼ」メンバーは無料
- 【持ち物】野外で活動できる服装、雨具、昼食、敷物
- 【申込み】不要
- 【雨天の場合】中止

午前中だけの参加もOKです

シマエナガにも会えるかな?



12月のクラフト講座の予告 ~冬はじっくりものづくり~

「はじめてのグリーン・ウッドワーク 木のカタリ作り」

生木を削ってスプーンやバターナイフを作ります



- 【日程】12月14日(土)・15日(日)
- 【講師】草刈万里子さん(函館市・木育マイスター)

◎詳しくは12月号およびチラシにて

「^{しげや よしお}渋谷吉尾爺直伝 開拓時代のしめかざり」

昔ながらのスゲとトドマツを使ったしめ飾りを作ります

- 【日程】12月22日(日)
- 【講師】ブナセンタースタッフ

工房からのお知らせ

陶芸教室 毎週木曜日 昼の部 13:30~15:30
夜の部 18:30~20:30

下澤暘子先生の教室は11月はお休みです

※下澤先生がいらっしゃらない日、および夜の部の教室は、ブナセンタースタッフが指導しています。初めて教室に参加される方は、前日までにご連絡ください。

木工教室 毎週木曜日 18:30~20:30

西馬昇一郎先生(ニセコ町WEST HORSE)の教室

11月7日&28日 18:30~20:30

※11月28日より「木工ろくろで作るお皿」第2弾がスタートします。昨年の冬の教室で作った「さくらの木皿」より大きなお皿に挑戦します。

DVD「えがこう！未来の黒松内」

昨年、歌オブナ林天然記念物指定90周年事業で作成した記念DVDの映像の一部、子どもたちが黒松内の未来を描いた絵を映像作家・斉藤幹男さんに映像化していただいたものが、新千歳空港で開催される「第6回 国際アニメーション映画祭」、さらにウクライナやセルビア、ブルガリアなど海外各国でも上映されることになりました！

新千歳空港での上映予定は右記。興味のある方は是非足を運んでみてください。

DVDはブナセンターで貸し出ししておりますので、お気軽にお声かけください。

11月2日(土)

「北海道現代アニメーション総進撃！2019」

のなかで上映されます

(北海道内の映像作家の作品や、様々なワークショップで作成した映像などを上映する企画です)

場所：新千歳空港シアター シアター2

時間：12:30~14:00

※満席になる場合があるので、大人数で行かれる場合は早めに会場へ整理券を受け取ってください。

※イベントは11月1日~4日まで開催されており、他にも様々な映像上映企画が行われます。

報告

森林療法 ≪2019年5月～10月≫

病気の予防・治療や健康増進のために森林を活用することを「森林療法」といいます。

多様な森林環境をもち、健康づくりに関心のある人が多い黒松内では、新たな「森林療法」の可能性を秘めています。町では2015年から「森林療法」の勉強会を行なってきましたが、今年度から、ぶなの森自然学校、ブナの森診療所、黒松内町社会福祉協議会、黒松内町保健福祉課、黒松内町教育委員会がメンバーとなり、森林療法実践プロジェクトが発足しました。月1回の森林ウォーキング、視察、研究活動など、さまざまな活動がスタートしています。

◆森林ウォーキング

6月から10月までのあいだ、毎月1回実施。

森の散策と計測（血圧・脈拍・唾液アミラーゼ）だけでなく、毎回テーマを設け、黒松内の森の四季も感じてもらいました。

1回目：6月15日（土）

ブナの小道の散策＋計測＋住友和弘先生の講話

今年度のブナセンター賞を受賞された東北医科薬科大学の住友先生をお招きし、森林療法の効果や健康づくりについてのお話をいただきました。



2回目：7月20日（土）

ブナの小道の散策＋計測

＋トドマツの蒸留・ハーブの手湯体験

トドマツやハーブ等、自然の香りを楽しみました。



3回目：9月8日（日）

←台風で中止となった
8月17日の代替

ブナの小道の散策、計測、黒松内の野草茶

身近に生える野草からつくったお茶を、お好みに合わせてブレンドしました。

4回目：9月21日（土）

フットパス寺ノ沢コース＋計測＋黒松内の野草茶
市街地のフットパスコースを散策しました。

5回目：10月13日（日）

森林公園散策＋計測＋キノコ狩り

キノコ狩りを楽しんだ後、キノコ汁をいただきました。

参加者の声

森の中に入るとリラックスした気持ちになるのを実感しました。ブナの小道で寝転んだ時にみた、木々の間の青空が印象的。

ブナ林を歩くだけの体力はありませんが、小道は無理なく歩いてちょうど良かったです。

季節ごとの木の葉の匂いに癒やされました。野草茶も思いのほか、おいしかったです！

勝田琴絵先生より
(ブナの森診療所)

森が持つ健康づくりの視点（運動、香りや空気、緑）と、森の楽しさ（四季それぞれの樹木や、草花、虫、キノコなどを知ること、触れあうこと）が合わさることで、黒松内らしい森林療法の形を作っていきたいと思います。可能性は無限！

◆視察－山形県上山市

山形県上山市では温泉や森林を活かした「クアオルト（ドイツ語で「温泉療養地」の意）」による町づくりが進められています。実践プロジェクトから4名のスタッフが上山市を訪れ、プログラムの体験、担当部署の方へのヒアリングをおこないました。

◆研究－黒松内生物多様性保全奨励事業

黒松内町には、生物多様性の保全・活用に寄与する研究への助成制度があります。今年度は、住友先生の「森の香りが人の健康に与える効果の検証」がブナセンター賞を受賞し、現在研究がすすめられています。来年3月上旬に実施予定の成果発表会をお楽しみに！

【11月の休館日】

5日/11・12日/18・19日/25・26日

上記以外に20～22日は
資料整理日のため休館します

(ブナセンターは通常毎週月曜日と火曜日が休館日です)

●「ブナセンターだより」はブナセンターHPからPDFファイルをダウンロードできます。

●「ブナセンターだより」郵送ご希望のかたは、郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記のうえ、希望回数分の84円切手を同封してブナセンターまでお送りください。

発行所：黒松内町ブナセンター

〒048-0101 寿都郡黒松内町字黒松内 512-1 TEL (0136)72-4411 FAX (0136)72-4440

メール bunacent@host.or.jp HP <http://www.host.or.jp/user/bunacent/> fb <https://facebook.com/bunacent.kuromatsunai/>